



Comer, beber, pero no por el exceso de residuos (Al-A'raf 31)  
Banu Atabay's Mütevazı Lezzetler® Turco recetas de cocina

---

## Parfait de peras

Armutlu Parfe



3 vaso de leche  
1/2 vaso de almidón de trigo  
3/4 de vaso de azúcar granulada  
1 huevo  
1 taza de pera rallado  
Corteza rallada de medio limón  
1 pizca de sal

- # Ponga la leche fría, almidón, azúcar granulada y yema de huevo en una olla que no sea de aluminio, mezcle por un batidor antes de colocarlo sobre el calor.
- # Coloque la olla a fuego medio, cocinar revolviendo constantemente por, retírelo de la estufa el momento en que llegue a la consistencia de pudín de leche.
- # Mezcla la clara de huevo con 1 pizca de sal hasta que se convierte en espuma.
- # De anuncios la pera rallada y la cáscara de limón rallada en la tibia leche, y revuelva. Añadir la mezcla de clara de huevo y sal en que finalmente.
- # Wet 4 cuencos pequeños. Vierta el parfait en los tazones. Coloque el tazón en el congelador.
- # Saque desde el congelador después de la congelación que la noche a la mañana. Invertir la petanca en el servicio de platos.
- # Espere a que el parfaits caída en el servicio de platos sin hacer otra cosa que caer. (Sobre 15 - 20 minutos)
- # Se puede adornar su superficie con machacados de coco o nueces antes de servir.

**Nota:** Puede prepararse con parfait de manzana también.